

जैन ग्रन्थमाला नं. २.

आत्मोन्नतीचा सरळ उपाय.



अनुवादक

मुनि श्री आनंद ऋषिजी महाराज

वीर सेवा मन्दिर
दिल्ली



क्रम संख्या

काल नं०

महत्त्व

सदर बाजार, नागपूर.

श्री १८म जैन ग्रंथमाला नं २.

॥ श्री पंचपरमेष्ठिभ्यो नमः ॥

आत्मोन्नतीचा सरळ उपाय,

अनुवादक

मुनि श्री आनंदकृषिजी महाराज

श्रीमान् जीवनमलजी किसनचंदजी
भंसाळी, मुक्काम सिंधी
यांच्या आश्रयाने

प्रकाशक

श्री जैनधर्म प्रसारक संस्था,

सदर बाजार, नागपूर

प्रथमावृत्ति	} धीरसंवत्	} विक्रम संवत्
प्रति ३१००		
सूख्य ३ पैसे		पोंकडा ४ रुपये

धन्यवाद.

श्रीमान् जीवनमलजी किसनचंदजी भसाळी मुक्काम सिंधी यानीं हें पुस्तक आपल्या स्वतःच्या खर्चानें प्रकाशित करून दिलें ह्याणून त्या धर्मप्रेमी आणि ज्ञान प्रचारक सज्जनाचा ही संस्था अंतःकरण पूर्वक धन्यवाद देव असतां आभार मानीत आहे आणि श्रीमंत लोकांनां त्यांचें अनुकरण करण्याविषयी सूचना करीत आहे.

मंत्री.

प्रस्तावना.

धर्मप्रिय बांधवांनो ! आपल्या स मौर “ श्रीजैनधर्म-प्रसारक संस्थेचें ” ‘ आरमोक्षतीषा सरळ उपाय ’ नामक दुसरें टेंकट आहे. ह्या पुस्तकांत पोंडपानुप्रेक्षेचें ह्यणजे बारा वैराग्य भावना आणि चार आत्म भावना मिळून सोळा भावनांचें वर्णन आहे. त्यास वाचून मनन करणें प्रत्येक मनुष्याचें पवित्र कर्तव्य आहे.

हें पुस्तक “ श्रीजैनपुस्तक प्रकाशक कार्यालय ब्यावर (राजपुताना) येथें हिंदीभाषेंत प्रसिद्ध झालें आहे. ह्या पुस्तकावर लेखकाचें नांव नाहीं, परंतु लेखक “ हितेच्छु ” असें लिहिलें आहे. यावरून आपणच अनुमान करावें कीं कोणी तरी योग्य मनुष्यानें हें पुस्तक लिहिलें आहे.

ह्या पुस्तकांत जे दोहे हिंदी भाषेंत दिलेले होते. ते तसेंच टेंवून फक्त लोकांच्या समजण्यांत यावेंत, ह्या हेतूने त्यांचा सारांश मराठीमध्ये लिहिण्यांत आला आहे आणि कोठें कोठें भावनेचे स्वामीही अनुवादकांनें

लिहिळे आहेत. या पुस्तकांचे जितके विशेष मनन होईल, तितकाच मनावर चांगला परिणाम होईल, असे आमचे मत आहे.

मुनिश्री आनेदकपिर्जा महाराजांनी या ग्रंथाचा मराठी भाषेत अनुवाद करून दिला ह्याबद्दल त्यांचा, त्याचप्रमाणे “श्रीजैनपुस्तक प्रकाशक कार्यालय व्यावरचे ओनरेरी मॅनेजर श्रीमान् मोतीलालजीरांका यांच्याकडून मराठी भाषेत पुस्तक प्रसिद्ध करण्याविषयी परवानगी मिळाली ह्याबद्दल त्या कार्यालयाचा आणि श्री. माणिकराव बालाजी आगरकर मारुतर यांनी या ग्रंथास तपासण्या करितां आपली अमूल्य वेळ दिली ह्याबद्दल त्यांचा श्रीजैनधर्म प्रसारक मंड्या धन्यवादपूर्वक आभार मानित आहे.

मंत्रा.

॥ ॐ ॥

॥ श्रीबीतरागाय नमः ॥

आत्मोन्नतीचा सरळ उपाय.

(भाषना)

एका विषयास वारंवार एकाम चित्तानें चिंतन करणें, त्यास भावना असें म्हणतात. आत्म्याची उन्नति चांगल्या आचरणापासून होते, आणि चांगल्या आचरणाचा आधार चांगल्या विचारावर राहतो. जसा विचार तसा आचार. याकरितां उत्तम भावनाद्वारा विचारशुद्धीविषयी शास्त्रांत वारंवार शिक्षण दिलें आहे. गृहस्थ आणि सधु दोघांकरितां भावना विशेष हित करणारी आहे. याचें फळ पुष्कळशा पापकर्मांचा

क्षय आणि संसारा (जन्ममरणा) चा अंत होतो असे सांगितले आहे.

या पलीकडे एकाप्र चिंतन—भावनेपासून सर्व पापकर्मांचे अशुभ दळ (अणु) शुभ होऊन जातात, पापवृत्ति पुण्यरूप होऊन जाते. अशाता वेदनीय ह्यणजे दुःख, शाता वेदनीय ह्यणजे सुखरूप होते. तीव्ररस मंद होतो. पुष्कळ काळची स्थिति, अल्पकाळची होऊन जाते. पुष्कळ कर्म दलाचा अंत होतो, संसाररूपी अरण्यास लौकर उलंघन करून सिद्ध (मोक्ष) रूपी परम सुखाचे स्थान मिळते, उत्तम भावने पासून वाईट संवयीं नाहींशा होतात, दोष निघतात, ऋण प्रगट होतात, याकरितां उत्तम भावनेचे चिंतन अवश्य केले पाहिजे. “ज्याची जशी भावना असते तशीच त्यास सिद्धि प्राप्त होते.”

मेस्मेरिज्म—मनांत विचार करावा की, रोग नाहीसे होत आहेत, मी रोगी नाही, अशा शुभ भावना रोग्यास करवून आज भयंकर रोग हटविले जातात. गरुड मंत्राचा जप केल्यापासून मंत्रवादी भावनेने गरुडरूप होऊन जातो, आणि सर्पाच्या विषाचा नाश करू शकतो. याचप्रमाणे उत्तम भावनेपासून आत्म्याचे दोष नाहीसे होतात.

आपल्या पापांची निंदा करण्यास पश्चात्ताप म्हणतात. पातकी जीवांना पवित्र बनविणारा पश्चात्तापच एक सरळ उपाय आहे. याकरितां स्वतःच्या दूषणांविषयी अतःकरणापासून पश्चात्ताप करून आणि सद्गुण प्राप्तिची भावना केल्यापासून पुढील कमी होत जातील आणि सद्गुण जातील. हीगोष्ट शास्त्रांनी तथा अनेक प्रत्यक्ष अनुभवांनी सिद्ध झालेली आहे.

वाचक वर्गाशीं नम्र निवेदन आहे कीं निम्न लिखित भावाने प्रातः काळीं आणि संध्याकाळीं एकाप्रमनानें अवश्य चिंतन करावे आणि त्याप्रमाणें कार्य करण्याचा उद्योग करावा.

भावना दोन प्रकारच्या आहेत :-

- (१) अशुभ ह्यणजे दोषाचा पश्चात्तापरूप,
- (२) शुभ अर्थात् गुणप्राप्तीचें चिंतनरूप.

अज्ञान, हिंसा वगैरे सर्व दोष मळा अनंत दुःखाचे देणारे आहेत आणि अनंतज्ञान वगैरे गुणांचा नाश करणारे आहेत, ह्यणून यांचा मी पारित्याग करितों. सम्यग्ज्ञान, अहिंसा वगैरे सद्गुण अनंत सुखाचे हेतु आणि अनंतज्ञान वगैरे गुणांची प्राप्ती करणारे आहेत; ह्यणून यांना प्रगट करण्याची इच्छा करितो.

प्रत्येक दोषाचा क्षय सद्गुण प्रगट होण्याची भावना करित अक्षतांजितका जास्त अंतःकरणयोग म्हणजे पद्माप्रता केली जाईल तितकाच विशेष लाभ होईल.

नोट—खाली लिहिलेल्या “अ” यास अशुभ आणि “शु” यास शुभ समजले पाहिजे.

१ अ. आत्मप्राप्त्या स्वरूपास ओळखिले नाही, झणून धिक्कार आहे.

शु. आत्मस्वरूपाचे खरे ज्ञान मिळविता, तोच दिवस सय होईल.

२ अ. शरीर, कुटुंब आणि बाह्य पदार्थांना आपले गणिले झणून मला धिक्कार आहे.

शु. शरीर, कुटुंब आणि बाह्य पदार्थांचा सोह सोडीत तोच दिवस

धन्य होईल.

- ३ अ. शरीर, इंद्रियसुख आणि परिघारः
करिता पुष्कळ पापकर्म काश्तो
झणून मला धिक्कार आहे.
- शु. सर्व पापकर्मांना सोडून, आ-
त्म्याचें कल्याण करणाऱ्या शुद्ध
धर्माचें पाळन करीत तो दिवस
धन्य होईल.
- ४ अ. हिंसा केन्ही झणून धिक्कार आहे.
- शु. अहिंसा पाळन करणाऱ्याची शक्ति
प्रगट होवो.
- ५ अ. खोटें बोलिलें झणून धिक्कार
आहे.
- शु. सत्यभाषा बोलण्याचा अभ्यास
प्रगट होवो.

- ६ अ. चोरी केली यास्तव धिक्कार आहे.
 शु. अचौर्य (चोरी न करणे) गुण प्रगट होवा.
- ७ अ. विषय सेवन केलें या करितां धिक्कार आहे.
 शु. शुद्ध ब्रह्मचर्य पालनरूप संयम प्रगट होवा.
- ८ अ. वृष्णा केली झणून धिक्कार आहे
 शु. संतोष गुण प्रगट होवा.
- ९ अ. स्त्री, धन वगैरेशीं ममत्व केलें याकरितां धिक्कार आहे.
 शु. निर्ममत्व प्राप्त होवा.
- अ. क्रोध करितो झणून धिक्कार आहे.
 शु. क्षमेचा गुण प्रगट होवा.
- ११ अ. अभिमान करितो झणून धि-

ककार आहे.

- शु. विनयगुण प्राप्त होवो.
- १२ अ. कपट करितों यास्तव धिक्कार आहे.
- शु. सरळता प्राप्त होवो.
- १३ अ. लोभ केला झणून धिक्कार आहे
- शु. लोभाचा क्षय होऊन सदाशरता प्रगट होवो.
- १४ अ. राग झणजे स्नेह केला झणून धिक्कार आहे.
- शु. वैराश्य प्रगट होवो.
- १५ अ. द्वेष केला झणून धिक्कार आहे.
- शु. गुणानुराग प्रगट होवो.
- १६ अ. कलह झणजे भांडण केले या-
करितां धिक्कार आहे.

- शु. समता भाव प्रगट होवो.
- १७ अ. विकथा (फाजील गोष्टी) केल्या
झणून धिक्कार आहे.
- शु. धर्मकथा करण्याचा गुण प्रगट
होवो.
- १८ अ. निंदा केली यास्तव धिक्कार आहे.
- शु. गुणानुवाद (प्रशंसा करणे) प्रगट
होवो.
- १९ अ. सांसारिक कार्यांमध्ये आनंद
मानिला यास्तव धिक्कार आहे.
- शु. धर्मकार्यंत आनंद प्रगट होवो.
- २० अ. दुसऱ्याच्या पदार्थास आपला
पदार्थ समजण्याची कोटी समज
(मिथ्यात्व) ठेविली यास्तव
धिक्कार आहे.

- शु. आपल्या शुद्ध स्वरूपाचा निश्चय रूप खरी समज (सम्यक्त्व) प्रगट होवो.
- ११ अ. अज्ञान दर्शेत पहळों आहे ह्मणून धिक्कार आहे.
- शु. अनंतज्ञान प्रगट होवो.
- २२ अ. ज्ञान शिष्टण्याकरितां आळस करितों ह्मणून धिक्कार आहे.
- शु. अपूर्व तत्त्वज्ञान नेहमी शिकेन, तो दिवस धन्य होईल.
- २३ अ. झोंप घेतों ह्मणून धिक्कार आहे.
- शु. धर्म जागरण करीन ते दिवस धन्य होईल.
- २४ अ. सुखांत खुशी आणि दुःखांत खेद करितों ह्मणून धिक्कार आहे.

- शु. समभाव प्रगट होवो.
- २५ अ. मोह करितों ह्यून विकार आहे.
- शु. निर्मोहकता प्रगट होवो.
- २६ अ. शरीरास आपलें समजतों यास्तव विकार आहे.
- शु. शरीराविषयी मोहाचा नाश होवो.
- २७ अ. यश आणि कीर्तीची वांछा करितों यास्तव विकार आहे.
- शु. स्तुति आणि निंदेत समभाव प्रगट होवो.
- २८ अ. उत्तम कार्य्याच्या ठिकाणी निंदनीय भय वाळगितों यास्तव विकार आहे.
- शु. उत्तम कार्य्याविषयी अभय ह्यणजे निर्भयता प्राप्त होवो.

- २९ अ. पापविषयीं बाईट निर्भयता
ठेवितों क्षणून धिक्कार आहे.
शु. पापापासून भिऊन पापांना
खोडीन तो दिवस धन्य हाईल.
- ३० अ. पाप करण्याविषयीं चातुर्य (दुशारी)
करितों याकरितां धिक्कार आहे.
शु. पापचातुर्याचा क्षय होवो. धर्म
करण्याविषयीं चातुर्य प्रगट होवो.
- ३१ अ. पाप करण्यांत पुरुषार्थ दाख-
वितों या करितां धिक्कार आहे.
शु. धर्म करण्यांत पुरुषार्थ प्रगट
होवो.
- ३२ अ. पाप करीत असतां वैर्य ठेवितों
याकरितां धिक्कार आहे.
शु. धर्म कार्यांत वैर्य प्रगट होवो.

- ३३ अ. पाप करीत असतां बळ (सामर्थ्य)
ठेवितों या करितां धिक्कार आहे.
शु. धर्म करीत असतां सामर्थ्य
प्रगट होवो.
- ३४ अ. पाप करीत असतां दृढता ठेवितों
झणून धिक्कार आहे.
शु. धर्म करीत असतां दृढता प्रगट
होवो.
- ३५ अ. पाप करीत असतां शूर वीरता
दाखवितों झणून धिक्कार आहे.
शु. धर्म कार्यात शूर वीरता प्रगट
होवो.
- ३६ अ. पापाविषयी प्रीति करितों म्हणून
धिक्कार आहे.
शु. धर्मा विषयी प्रीति उत्पन्न होवो

- ३७ अ. पाप करीत असतां सफळता
मिळते म्हणून धिक्कार आहे,
शु. धर्म कार्यात सफळता प्राप्त होवो,
- ३८ अ. गर्व करितों म्हणून धिक्कार आहे,
शु. नम्रतेचा गुण प्रगट होवो.
- ३९ अ. बाह्य पदार्थाविषयी पुरुषार्थ
केटा म्हणून धिक्कार आहे,
शु. आत्महित कार्यात पुरुषार्थ करीत
तो दिवस धन्य होईल,
- ४० अ. कठोर शब्दाने अप्रसन्न आणि
मधुर शब्दाने प्रसन्न झालों
यास्तव धिक्कार आहे,
शु. इष्ट, अनिष्ट वचनामध्ये समभाव
प्रगट होवो,
- ४१ अ. सांसारिक गोष्टी ऐकिय़ा यास्तव

धिककार आहे.

शु. धर्म गोष्टी ऐकेन तो दिवस
धन्य होईल.

४१ अ. विकार उत्तम करणारे मोहक
रूप पाहिले म्हणून धिककार आहे.

शु. दृष्टि संयम प्रगट होवो.

४३ अ. बाह्य दृष्टि वाढवितो झणून धि-
ककार आहे

शु. आत्मदृष्टि प्रगट होवो.

४४ अ. इष्ट अनिष्ट गंधाविषयी शौक
केला झणून धिककार आहे.

शु. सर्व गंधांच्या ठिकाणी समभाव
प्रगट होवो.

४५ अ. इष्ट अनिष्ट स्वादाविषयी हर्ष
केला म्हणून धिककार आहे.

- शु. सर्व स्वादाविषयी समभाव प्र-
गट होवो.
- ४६ अ. खादुकहा म्हणजे खाण्याविषयी
लेलुपी बनलों. याकरिता धिक्कार
आहे.
- शु. रचना संयम प्रगट होवो.
- ४७ अ. खाण्यापिण्याची तृष्णा केली या
करिता धिक्कार आहे,
- शु. भोजनांत संयम करीन तो
दिवस धन्य होईल,
- ४८ अ. भोग वांछा करितों ह्मणून धि-
क्कार आहे.
- शु. भोग त्याग प्रगट होवो.
- ४९ अ. अनीतिनें धन मिळविलें ह्मणून
धिक्कार आहे.

- शु. न्यायानें मिळविलेल्या धनांत
संतोष प्रगट होवो.
- ५० अ. लोकमीतिमुळें वाईट रूढीप्रमाणें
चाळतो यास्तव धिक्कार आहे,
शु, वाईट रूढी सोडण्याची हिम्मत
प्रगट होवो.
- ५१ अ. कुटुंबाचा मोह करितों यास्तव
धिक्कार आहे,
शु. जगाशीं मैत्रीभाव प्रगट होवो,
- ५२ अ. रागद्वेष करितों यास्तव धिक्कार
आहे,
शु. वीतरागपद प्राप्त होवो,
- ५३ अ, असंयमाकडे प्रवृत्ति होते हाणून
धिक्कार आहे,
शु, संयम प्रगट होवो,

५४ अ, मिथ्याज्ञानाकडे प्रवृत्ति होई.
 ह्यून विकार आहे,
 शु, सुज्ञान प्रगट होवो,

१२ वैराग्य भावना.

१ अनित्य भावना.

शरीर, धन, भोगसामग्री, स्त्री, पति, पुत्र,
 माता, पिता, परिवार, वैभव, निंदा, स्तुति,
 हस्ती, घोडा, वस्त्र वगैरे सर्व पदार्थ जे पंचे-
 द्रियांना सुख किंवा दुःखांत शोक (द्वेष)
 धारण करून अनादि काळामासून चतुर्गतींत
 परिभ्रमण करीत आहे हे पंचेन्द्रियांचे भोग

अनित्य झणजे नष्ट होणारे आहेत आणि क्षण-
 भंगुर आहेत. यांचा भोग घेतल्यापासून शाश्वत
 झणजे अनंतकालापर्यंत नर्क व तिर्यच गतीचे
 दुःख भोगाचे लगेच जाणे नित्य आत्मिक
 सुख प्रगट होणार नाही, असा विचार करून
 या भोगांना सोडून नित्य, अक्षय, अनंत सुख-
 दायक, आत्मज्ञान अहिंसा, ब्रह्मचर्य, संयम,
 तपोमय धर्मांचे धारण करणेच मला श्रेय झणजे
 चांगले आहे. यापासून मला नित्य अनंत
 सुखाची प्राप्ति होवो. ह्या भावनेचे श्री भरत
 चक्रवर्तीने चिंतन करून केवलज्ञान मिळविले
 याचप्रमाणे मला देखील केवल ज्ञानाची
 प्राप्ति होवो.

दोहा—राजा राणा छत्रपति
 हथियनके असवार ।

मरना सबको एकदिन,
अपनी अपनी बार ॥१॥

सारांश—राजा असो, राणा असो, चक्रवर्ती असो, हत्तीवर स्वारी करणारा असो, किंवा एकादा रंक असो सर्वांना आपापल्या पाळी-प्रमाणे एके दिवशीं मरणे आहे. (यास्तव हें अनित्य आहे)

इति अनित्य भावना-

२—अशरण भावना—

अज्ञान आणि मोहाने हा आत्मा दुःखा-पासून बचाव करण्याकरितां धन, स्त्री, कुटुंब-दुकान, माडी, वगैरे बाह्य सामग्रीला साधन समजत आहे, परंतु सत्य स्वरूपाचा विचार केला तर माहीत होऊन जाईल कीं ही भोगाची

सामग्रीच जीव ला अनंत दुःखमय अशरणमय नई, तिर्यचाच्या दुःखांना देणारी आहे आणि निरंतर शरणभूत अनंत सुखदायक धर्मांमध्ये विघ्न करणारी आहे. याप्रमाणे चांगल्याप्रकारे विचार करून, या सर्व काम भोगांच्या साधनांच्या परित्याग करून, अहिंसा, ब्रह्मचर्य, सत्य, संयम, तप, आत्मज्ञान, ध्यानासक्त धारण करणे श्रेयस्कर आहे. ह्या भावनेचे चिंतन अनाधी मुनीश्वरांनी केले आणि मोक्षास मिळविले. याच प्रमाणे मलादेखील ह्या अशरण भावनेची प्राप्ति होवो.

दोहा—दल बल देवी देवता,
मात पिता परिवार ।
मरती बिरिया जीवको,

कोई न राखनहार ॥ २ ॥

(सारांशः—सैन्य, सामर्थ्य, देवी, देव, माता, पिता, परिवार वगैरे मरणकाळीं जीवास सोडविणारे कोणी नाहींत.)

वाप्रमाणें हें शरीर, धन, भोग, परिवार, निंदा, स्तुति वगैरे सामग्री अशरणभूत आहे आणि मी अनादिकाळापासून यांना शरणभूत मानतां होतो. असजसा मी या पदार्थांना आधारभूत समजत गेलों, तसतसें भविष्यकाळीं मला अनंत दुःख भोगावें लागेलें. मी या पदार्थांच्या द्वारा दुःखापासून मुक्त होण्याचा प्रयत्न करित गेलों, परंतु दुःखापासून मुक्त झालो नाहीं. जेव्हां मी सत्य स्वरूपाचा विचार केला तेव्हां माहीत पडलें की, ही सर्व सामग्री तिन्हीं

काळांत जीवास मुक्त करूं शकत नाहीं, वाक-
रितां मला अहिंसा, सत्य, ब्रह्मचर्य, संयम, तप
जे अनंत सुखांना देणारे आहेत, त्यांना प्रहण
केळें पाहिजे.

इति अशरण भावना-

३ संसार भावना.

जर अनादिकाळापासून मी जन्म, जरा, मरण
रूपी संसारांत परिभ्रमण करीत आहे, त्यांचें मुख्य
कारण संसारांतलीं पदार्थे, शरीर, पंचेंद्रियांचे
भोग, अज्ञान, मोह, राग आणि द्वेष आहेत.
जेव्हां मी या सर्वांचा संबंध सोडून तेव्हांच
संसाराच्या परिभ्रमणापासून मुक्त होईन, आणि
अनंत, अठ्ठाबाध, आत्मिक, अतींद्रिय सुखरूप
मोक्षाची प्राप्ती करूं शकेन. माझ्या आत्म्यानें वा

संसारांत परिभ्रमण करीत असतां सर्व प्रकारचें
 भोजन (मेवा, मिष्ठान्न वगैरे) तथा सर्व स्थान
 राजमहाल, देवलोक वगैरे सर्व सुखांचे संयोग,
 पंचेंद्रियांचें सुख, ज्यांना अज्ञानामुळे सुख सम-
 जत आलों आणि अनंत दुःखाचे संयोग नरक,
 तिर्यंच वगैरे अनंत वेळीं भोगून आलों; परंतु असे
 असतांही हा जीव तृप्त झाला नाहीं- ज्याप्रमाणें
 विस्तव लांकडांनीं केव्हांही शांत होत नाहीं आणि
 विशेष वाढतो, त्याच प्रमाणें हा जीव संसाराच्या
 विषय भोगांनीं केव्हांही शांत झाला नाहीं आणि
 अनंत दुःख भोगीत गेला, ज्याप्रमाणें विस्तवाच्या
 शांत करण्याचा उपाय पाणी आहे, त्याचप्रमाणें
 हा जीवास मुक्त करण्याचा उपाय श्री
 वीतराग परमेश्वराची वाणीरूप पाणी आहे. तें
 पार्ष्णी अर्हसा, सत्य, ब्रह्मचर्य, संयम, क्षमा,

निर्लोभता वगैरे अहो. या पाण्यापासून जीवाचा विषय विकाररूपी विस्तव नेहमीं करितां शांत होऊन जातो आणि अनंत सुखरूप मोक्षाची प्राप्ति होते. अथः विचार करून ह्या सर्व संसाराच्या संबंधास सोडून देणेंच उत्तम आहे ह्या भावनेचें चिंतन श्रीशाळीभद्रजी यांनीं करून आत्मइत्याण केलें, त्याचप्रमाणें ज्या दिवशीं मी सुद्धां चिंतन करीन तो दिवस धन्य होईल.

दोहा—घन बिना निर्धन दुःखी,

तृष्णा वश घनवान ।

कोउ न सुखी संसारमें,

सब जग देख्यो छान ॥३॥

पर इन्वमें प्रीति है,

यही संसार अबोध ।

याको फल गति चारमें, भ्रमण कथो सूत्र शोध ॥४॥

(सारांशः—संसारांत धम. नसल्यामुळें गरीब लोक दुःखी आहेत आणि श्रीमंत लोकांना विशेष तृष्णा असल्यामुळें ते दुःखी आहेत. जगांतोळ सर्व प्राण्यांना तपासून पाहिलें परंतु कोणीही सुखी नाही ॥३॥ परक्याचें द्रव्य किंवा पुद्गलाविषयी प्रीति करणें हें अज्ञानच संसाराचें मूळ आहे आणि त्याचें फळ चार गतींत परिभ्रमण करणें असें शास्त्रांत सांगितलें आहे.)

इति संसार भावना

४--एकत्व भावना--

या भावनेंत असा विचार करावा कीं मी एक आहे, शुद्ध आहे, बुद्ध आहे म्हणजे अनंत ज्ञान-

मय आहे, अरूपी आहे, अन्य द्रव्याविषयी निर्म-
 मत्व आहे, सर्वथा भिन्न आहे, ज्ञानदर्शन सहित
 आहे, प्रतिपूर्ण एक स्वरूप आहे, नित्य आहे.
 सत्स्वरूप आहे, आनंद स्वरूप आहे, अतींद्रिय
 निराकुळ अनंत, आत्मिक सुखाने भरपूर आहे,
 नी एकटाच जन्मलो, आणि जेव्हां मरेन तेव्हां
 एकटाच जाईन. या जगांत जीव, अजीव रूपी
 कोणताच पदार्थ माझा नाही. अज्ञान आणि मिथ्या-
 त्वामुळे अनादिकाळापासून जीवाच कर्म लागलेले
 आहे- बाकरितां शरीर प्राप्त करून अनंत काळापासून
 सुख दुःख भोगांत राहिलो. जेव्हां अज्ञान आणि
 मिथ्यात्वाचा सर्वथा नाश करीन, तेव्हां कर्म रहित,
 अशरीरी, शुद्ध, बुद्ध, परमात्म स्वरूप होऊन
 जाईन. अशा प्रकारची एकत्र भावना नमिराज
 श्रुतीश्रुतींनी चित्त करून आत्मकल्याण केले

त्याचप्रमाणे मला देखील चिंतन करणे चांगले
आहे-

दोहा—आप अकेला अवतरे,
मरे अकेला होय ।
कबहुं नहीं या जीवको,
सगा न साथी कोय ॥५॥

[सारांश] प्राणी एकटाच जन्म घेतो आणि
एकटाच मरतो, केव्हांही या जीवाचा कोणी
संबंधी नाही आणि कोणी मित्रही नाही.

इति एकत्वभावना

५ अन्यत्व भावना.

याप्रमाणे विचार करावा कीं हे शरीर आणि
जितके बाह्य पदार्थ दिसतात, ते सर्व जड आणि
चेतनरूप आहेत- हे सर्व माझ्या आत्म्यापासून
निराळे आहेत- मी त्यांच्या पासून निराळा आहे-

माझा आत्मा १ अनंत ज्ञान, २ अनंत दर्शन
 ३ अनंत आत्मिक सुख, आणि ४ अनंत वीर्य
 या चार गुणांनी युक्त आहे. मी अज्ञान आणि
 मोहामुळे दुसऱ्या पदार्थांना आपले समजून,
 रागद्वेष करून अनंत कालापासून दुःखी होत
 आहे. मला तिन्ही काळां [भूत, भविष्य,
 वर्तमानां] त माझा आत्मा आणि त्याच्या
 शुद्ध गुणांशिवाय दुसरा कोणताही पदार्थ सुख
 देणारा नाही- पुत्र, स्त्री, माता, पिता वगैरे
 जितके जड आणि चेतनमय पदार्थ दृष्टिगोचर
 होतात, त्या सर्व पदार्थांचा परित्याग करणेच
 मला कल्याणकारक आहे- ज्या दिवशी मी या
 सर्व पदार्थांचा परित्याग करीन, तो दिवस
 परम कल्याणकारक होईल, अशा प्रकारच्या
 अन्यत्व भावनेचे मृगापुत्र मुनीश्वराने चिंतन

करून मोक्षाचा गेले. त्याचप्रमाणे मला देखील
मोक्षपदाची प्राप्ति होवो.

दोहा जहां देह अपनी नहीं,
 तहां न अपना कोय ।
घर संपत्तिपर प्रगट ये,
पर हैं परिजन लोय ॥६॥
भेद ज्ञानसे मुक्ति है,
युक्ति करो किम कोय ।
वस्तु भेद जाने नहीं,
मुक्ति कहाँसे होय ॥७॥

(सारांश— ज्या ठिकाणी शरीरच आपलें
नाहीं. त्याठिकाणी आपला कोणीच नाही. घर,
संपत्ति, दासदासी वगैरे हे वेगळे आहेतच ॥
युक्ति काहीं की कराना, परंतु वदार्थांचें स्वरूप

जाणिल्यापासून मुक्ति आहे. पदार्थाच्या स्वरूपास जो जाणवत नाही, त्याला मुक्ति कोठून होईल ?

इति अन्यत्व भावना.

६ अशुचि भावना.

या प्रमाणे विचार करावा कीं हें उदारिक शरीर, हाड, मांस, रक्त, मूत्र, सार, श्लेष्म झणजे खेकार, कीडे, नाडी, वात, पित्त, कफ वगैरेनीं भरलेले आहे. या शरीरांत कोणतेच द्रव्य (पुद्रल) रमणिय, सुगंधी, मनोहर दृष्टीस येत नाही, आणि हें शरीर केशर, कस्तूरी, चंदन, कुंकू वगैरे सुंदर पदार्थांना देखील विषड-वून देते, झगजे मटरूप करून देते. इतकें असतांही ह्या शरीरास मोह किंवा रनेहवात्र समजणें, हें विशेष अज्ञान आहे. असें समजून

ह्या शरीरावर मोह करूं नये, आणि रत्नत्रया
 [१ ज्ञान, २ दर्शन, आणि ३ चारित्र्या] ची
 आराधना करण्यामध्ये समय ह्यणजे क्षण मात्रा-
 चा देखील आळसकरणे, मला चांगले नाही.
 कांकी सांगितले आहे की :—

दोहा दीपे चाम चादरमठी,
 हाड पींजरा केह ।
 मीतर या सम जगतमें,
 और नहीं घिनगेह ॥८॥
 शरीर त्रिष्टा कोथली,
 तेमा केम लेपाय ।
 ममता तनी समता भजे,
 तेजवि सुगति पाय ॥९॥

(सारांश :—हाहाच्या पिंजऱ्यावर चर्म

(कःतडें) रूपी चादर मढकेली आहे, म्हणून हें शरीर चमकत आहे. परंतु ह्या शरीरांत जशी दुर्गंधी भरलेली आहे, तशी जगांत दुसऱ्या ठिकाणीं नाही.

शरीर एक विष्टेची पिशवी आहे, त्यांत कसें लुब्ध व्हावें? या विपत्तीं ममतेचा परित्याग करून जे प्राणी समता करतात, ते प्राणी चांगल्या गर्तीत जातात.)

असा विचार करून ज्ञानवान पुरुषाने या दुर्गंधमय शरीर, स्त्री वगैरेवर मोह करूं नये. कारण कीं यावर मोह करणें जीवास महा दुःखदायक आहे. ह्या दुर्गंधयुक्त स्त्रीच्या शरीरावर मोह करून प्राणी एकंदर्जी कामभोगांत असंख्यात जीवांचा घात करून टाकितो, आणि नंतर स्वतः अनंत दुःखांना भोगितो, ह्या करितां

मला ह्यावर मोह करणे वांगळे . नाही अशुचि
 भावनेचे सनत्कुमार चक्रवर्तीने चिंतन केले
 आणि शरीर ममत्व सोडून आत्मकल्याण केले.
 जेव्हा मी देखील ह्या उदारिक शरीराचे ममत्व-
 स्नेहराग सोडून आत्मकल्याण करीन तो दिवस
 धन्य होईल.

इति अशुचि भावना

७-आस्रव भावना-

ह्या प्रमाणे विचार करावा की हा प्राण
 आस्रवाच्या कारणामुळे चारगती (चैत्यांशी
 लक्ष योनी) त परिभ्रमण करित आहे. तो
 आस्रव मन, वचन आणि काय हे तनि योग,
 क्रोध, मान, माया, लांभ ह्या चार कषायां-
 पासून कर्मांचे आगमन होते, झणून कासवा
 प्रमाणे मला मन, वचन आणि कायेचा निरोध

करणें चांगलें आहे, आणि कषायाचा सर्वथा प्रकारें परित्याग करणेंच कल्याणकारक आहे.

दोहा संज्ञा लेश्या आदित्रय,
इंद्रिय वशता होय ।
आर्तरींद्र कुध्यानता,
सांह पाप पद सोय ॥ १० ॥

अर्थ:—चार संज्ञा (१ आहार, १ भय, ३ मैथुन ४ परिग्रह), पहिल्या तीन लेश्या (१ कृष्ण लेश्या, २ नलिलेश्या, ३ कापोतलेश्या) पंचेंद्रियांच्या वश होऊन आर्तध्यान आणि रौद्रध्यान करणें आणि तीव्र अज्ञानापासून भावास्त्र होतो, यांचें सेवन केल्यानें कर्मदलरूपी द्रव्यास्त्र होतो: शुभयोगानें शुभाश्रव आणि अशुभयोगानें अशुभाश्रव होतो, याकरितां मला द्रव्यास्त्र आणि भावास्त्र

दोन्हीं सोडण्यासारखे आहेत हे माझ्या अनंत
आत्मिक सुवाचा घात करणारे आहेत.

दोहा रागद्वेष अरु मूढता,
ये भावाश्रव भेद ।
पुद्गल पिंड समागमन,
द्रव्य आश्रव भेद ॥११॥

(सारांशः—प्रेम, द्वेष आणि अज्ञान
यासून जें कर्म येतें त्यास भावाश्रव म्हणतात,
आणि पदार्थ, शरीर, इंद्रियें यांच्या द्वारे जें
कर्म येतें त्यास द्रव्याश्रव म्हणतात.,

ह्या भावनेस समुद्रपाल मुनीश्वरांनीं धारण
करून आत्मार्थें कल्याण केलें, त्याचप्रमाणें
ज्या दिवशीं मी देखील आश्रवास सोडून देईन
आणि संवर धारण करून आत्मकल्याण करीन

तोच दिवस धन्य होईल.

इति अभव भावना

८ संवर भावना

जसा विचार करावा कीं ह्या जीवानें संवर
घरण केल्यापासून चतुर्गतीच्या क्लेशांतून सुटून
हा प्राणी अनंत सुखास मिळवितो. मन, वचन
आणि शरीरास रोकिल्या पासून तो संवर होतो.
जनास धर्मध्यानांत लावणें, वचनानें सत्य,
मधुर, प्रिय, सर्व हितकारी आणि निरवद्य
भाषण करणें, शरीरास अहिंसाप्रय धर्मांत
लावणें आणि कषायानां रोकणें तोच संवर आहे.

दोहा निज स्वरूपमें लीनता,

निश्चय संवर जाण।

सुमति गुप्ति संयम धर्म,

करे पापकी हाण ॥ १२ ॥

अर्थ—पांच सभिति, तीन गुप्ति, दहा प्रकारचा यति धर्म, क्षमा वगैरे हे द्रव्य संवर आहेत. आत्मस्वरूपांत लीन होणें—रमण करणें निश्चय संवर आहे. ज्या दिवशां मी भोग आणि कषायाचा परित्याग करून आत्म स्वरूपां लीन होईन आणि संवर भावनेचें आराधन करीन, तोच दिवस धन्य होईल. ह्या भावनेचें केशीस्वामी आणि गौतमस्वामीनीं चिंतन करून आत्मकल्याण केलें. ह्मणून मला देखील द्रव्यसंवर आणि भावसंवर करणें चांगलें आहे.

इति संवर भावता.

९ निर्जरा भावना.

दोहा संवर योगे विमल सहित,

विविध तपोविधि सार ।
 बहुत कर्म निर्जरा करण,
 सो मुनि त्रिभुवन सार ॥ १३ ॥

अर्थ—संवरपूर्वक आहाराचा परित्याग, काय क्लेश, रसपरित्याग, वगैरे ६ (सहा) प्रकारचे बाह्य तप आहे. ध्यान, स्वाध्याय, प्रायश्चित्त वगैरे ६ अभ्यंतर तप आहे. हे बारा प्रकारचे तप संवर आणि भाव पूर्व जन्मीं केलेल्या पुढळशा कर्मांची निर्जरा करिते, अर्थात् कर्मांचा क्षय करिते. ह्या सार्ठी मला देखील हे बारा प्रकारचे तप धारण करणे चांगले आहे. ह्या भावनेस अर्जुन माळ्याने चिंतन करून आत्मकल्याण केले, म्हणजे पुढळ कर्मांचा समूह स्वल्पकाळी क्षय करून

मोक्षास मिळविळें.

दोहा पंच महाव्रत संवरना,
समिति पंच प्रकार।
प्रबल पंचेंद्रिय विजय,
धार निर्जरा सार ॥ १४ ॥

(सारांश-१ अहिंसा पालन करणें,
२ सत्य भाषण करणें, ३ चोरी न करणें,
४ ब्रह्मचर्य पालन करणें आणि ५ पारंप्रह
क्षणजे समत्य न ठेवणें, हीं पंच महाव्रतें आहेत.
१ ईर्ष्या समिति क्षणजे पाहून चालणें, २
भाष समिति क्षणजे विचार करून भाषण
करणें, ३ पशणा समिति क्षणजे बेचालीस
दोष रहित अन्नगणी घेणें, ४ आदान भंड
निक्षेपणा समिति क्षणजे काणत्याहि पदार्थास

लक्ष्यपूर्वक उचलणें किंवा ठेवणें, ५ परिष्ठारता
 समिति ह्मजे कोणत्याही पदार्थाचा बाहेर
 टाकावयाचे. असल्यास त्रोधपूर्वक टकणें.
 ह्या पंच समिति आहेत. १ श्रोत्रेन्द्रिय ह्मणजे
 कान, २ चक्षुरेन्द्रिय ह्मणजे डोळे, ३ घर्णेन्द्रिय
 ह्मणजे नाक, ४ रमनेन्द्रिय ह्मणजे त्वि-
 स्पर्शेन्द्रिय ह्मणजे शरीर ही पाच इंद्रिये आहेत.
 वर सांगितल्या प्रमाणें ५ महाभूत, ५ समिति
 पाळन करणें आणि प्रचंड पंचेन्द्रियावर विजय
 मिळविणें हेच निर्जरेचें सार आहे.

इति निर्जरा भाषना.

१० लोक भावना

असा विचार करावा कीं मीं सर्व लोकांत,
 सर्व ठिकाणीं, सकळ अवस्था, धर्म सुख आणि

दुःखाची दशा अनंतवेळां भोगिळी आहे. ज्या ठिकाणी मी जन्ममरण केलें नसेल, असें कोणतेंच ठिकाण उरलें नाहीं, सर्व पुढील जन्मजें पदार्थाचें अनंतवेळा भक्षण केलें परंतु प्राण्यांची तृप्ति झाली नाहीं. ह्या करितां आतां मी ह्या लोकांतील सर्व पदार्थाविषयी संमत्त्याचा परित्याग करून अनंतज्ञान वगैरे गुणांस धारण करीन आणि जेव्हां मी हिंसा, विषय, कषायाचा परित्याग करीन, तेव्हां मी अनंत सुखानें परिपूर्ण मोक्षाच्या सुखास मिळवीन, ह्या भावनेचें चिंतन श्री शिवराज ऋषीश्वरानें केलें आणि मोक्षास मिळविलें.

दोहा लोक स्वरूप विचारिके,
अपना रूप निहार।

परमार्थः व्यवहार मुनि

मिथ्या भाव विदार ॥ १५ ॥

अर्थ—हे प्राण्या! लोक स्वरूपाचा विचार करून आपल्या शुद्ध स्वरूपास पहा. ह्या लोकांत पद (सहा) द्रव्ये आहेत त्यापैकी तू चैतन्य, अनंतज्ञान वगैरेनी युक्त आहेस. वर्ज गंध, रस, स्पर्शमय, पुद्गल, तुह्यापासून भिन्न आहेत आणि तू त्यांच्यापासून वेगळा आहेस. निश्चय आणि व्यवहार पूर्वक चारित्र्याचे पालन करून ह्या आपल्या मिथ्या स्वरूपास सोडून देणे, हेच श्रेयस्कर आहे.

दोहा चौदह राजु उत्तम नभ,
लोक पुरुष संठाण।
तामै जीव अनादिसे,

भ्रमंत हे विनज्ञान ॥ १६ ॥

(सारांश-कव्यांतर हात ठेविलेल्या वक्ष्या मनुष्याच्या आकृषिप्रमाणे हा लोकाचा आकार आहे. तो चौदा राजुप्रमाण आहे. त्या लोकांचे अज्ञान काल पामून अज्ञानामुळे हा प्राणी परिभ्रमण करीत आहे.)

इष्टि लोक भावना

११ बोधि भावना

असा विचार करावा कीं आत्मस्वरूपाचे ज्ञान मिळविणेच सार आहे. मी आजपर्यंत आत्मज्ञान मिळविले नाही, हाच जन्ममरणाचा हेतु आहे. त्या कारणां मला आत्म्याचे शुद्ध स्वरूप समजून अतंतज्ञान-दर्शन-चरित्र-वीर्य प्रगट करणे, हेच चांगले आहे.

दोहा बोधि अपना भाव है,
 निश्चय दुर्लभ नाहीं।
 भवमें प्राप्ति कठिण है,
 यह व्यवहार कहाय ॥ १७ ॥

अर्थ:—बोधिरत्नत्रय आत्म्याचा गुण आहे, तो निजपदार्थ होण्याच्या कारणामुळे निश्चयांत कांहीं कठीण नाहीं. जी याची दुर्लभता सांगितली आहे, ती व्यवहारानें अनादिकालच्या विषयानुरागामुळेच सांगितली आहे.

ह्या भावनेचें चिंतन श्रीऋषभदेव परमेश्वराच्या ९८ मुलांनीं करून मोक्षास मिळविलें, त्याचप्रमाणें मी देखील ज्यादिवशीं चिंतन करीन ते दिवस धन्य होईल.

इति बोधि भावना.

१२ धर्म भावना.

असा विचार करावा कीं हा प्राणी
सम्यग्ज्ञानाशिवाय चतुर्गतींत परिभ्रमण करीत
आहे. आत्म्यास अधर्मांमुळे दुःख होतें आणि
धर्म धारण केल्यानें चतुर्गतीच्या सर्व संकटा-
पासून मुक्त होऊन, मोक्षार्ची प्राप्ति होते. हिंसा,
विषय, कषाय, अज्ञान, मिथ्यात्व हे सर्व अधर्म
आहेत. ह्या करितां ज्यादिवर्शां मी त्यांचा
परित्याग करून अहिंसा, इंद्रियविजय,
अकषाय, संयम, सम्यक्त्वगुणरूप निजधर्म,
आत्मस्वरूपांत विचार करून नित्य, सत्य,
प्रतिपूर्ण, अक्षय, अव्याबाध, अविनाशी अचल
सुख मिळवून तोच दिवस माझा परम
कल्याणकारक होईल. धर्म वस्तूच्या स्वभावास

द्वयतात. मी अनंत ज्ञान वगैरे स्वतःचे चार
 गुण मालिन करून त्यांच्या ऐवजी १ अल्पज्ञान,
 २ अल्पदर्शन, ३ विषयसुख आणि ४
 बालवैर्यरूपी अधर्मास धारण केलं, द्वयूनच
 चतुर्गतीत अनंत काळपासून दुःख भोगीत
 आहे. जेव्हां मी शुद्ध गुणरूप धर्मास प्रगट
 करीन तेव्हां मला अव्याघाद, निराकुल,
 अतींद्रिय, अनंत, आत्मिक सुखाची प्राप्ति
 होईल.

दोहा जाचे सुरतरु देत सुख,
 चिंतित चिंता रेण।
 बिन जाचे बिन चिंतिये,
 धर्म सकल सुख देन ॥ १८ ॥

(सारांश) कल्पवृक्ष याचना देत्यापासून

सुख देतो, चिंतागणि रत्नाचें चिंतन केल्याबासून सुख होंतें, परंतु याचना केल्याशिवाय आणि चिंतन न करितां धर्म सगळ्या सुखांना देतो.)

ह्या भावनेचें चिंतन श्रीधर्महचिमुनीश्वरानें केलें याचप्रमाणें मी देखील व्यादिवशीं चिंतन करीन तो दिवस धन्य होईल.

इतिधर्मभावना

आत्म भावना.

दोहा गुणी जनोंको वंदना,
 अवगुण देख मध्यस्थ।
 दुखी देख करुणा करें,
 मैत्री भाव समस्त ॥ १९ ॥

अर्थः—१ प्रमोद भावना—सर्वांचे गुण प्रदण करणें, दुस्व्यांचे गुण प हून प्रसन्न होणें, आणि अपल्या ठिकाणीं तशाच प्रकारचे उत्तम

गुण प्रगट होवोंत, अशा भावनेचें चिंतन करणें.

२ माध्यस्थ भावना--सर्वांचे दोष विसरून जाणें, दोष पाहून क्रोध आणि द्वेष न करणें, परंतु कर्म स्वरूपाचा विचार करून आपला आत्मा अशा दूषणांपासून वाचेल अशी भावना करावी. सुखामध्ये हर्ष आणि दुःखांत शोक न करणें अशी माध्यस्थ भावना मला प्रगट होवो.

पद्य दुर्जन क्रूर कुमार्ग रतां पर,
 क्षोभ नहीं मुझको आवे।
 साम्य भाव रक्खूं मैं उनपर,
 ऐसी परिणति हो जावे ॥ १९ ॥

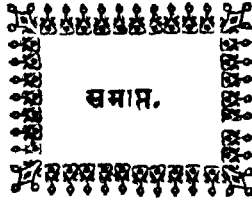
(सारांशः—दुर्जन, क्रूर, कुमार्गाव
 फसलेल्या जीवावर मला क्षोभ येऊं नये,

त्यांच्यावर समभाव राहिल अशी भावना होवो.)

३ करुणा भावना-शारीरिक आणि मानसिक दुःख हटविणे, ती द्रव्य करुणा भावना आहे आणि अज्ञान, कषाय, मिथ्यात्वापासून मुक्त करणे ती भावकरुणा आहे. व्यादिवशीं मी माझ्या आत्म्या विषयीं आणि दुसऱ्या आत्म्याची भावकरुणा करीन तो दिवस धन्य होईल.

४ मैत्री भावना:- जगांतिल प्राणिमात्रांस आपल्या आत्म्याप्रमाणें समजून कोणाचीही हिंसा न करणे, सर्वांचें कल्याण इच्छिणे, ती द्रव्य-परमैत्रीभावना आहे, आणि आपल्या आत्म्याचा खरा मित्र होऊन आपलें अज्ञान, मिथ्यात्व, कषायास सोडून सम्यग्ज्ञान--दर्शव-

चारित्र्याचें आराधन करणें ती स्व-भावमैत्री-
भावना आहे. मला देखील या चार भावनांची
प्राप्ति होवो.



ॐ शांतिः ! शांतिः !! शांतिः !!!

इंद्रबिलास छापखाना, इतवारी चौक, नागपूर.

